
سازمان اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران



تادیب النسا

با حفظ الصحه — جلد دوم

مخصوص کلاس چهارم و ششم مدارس نبات و دولتی و غیره

مطابق

مواد آخرین پروگرام وزارت جلیله معارف و اوقاف

تالیف

آقای میرزا سید حسینخان کمری

دارای سی و نه مواد پرگرام سال چهارم ضمیمه سال ششم

۱۳۰۹ حق طبع

بسم الله الرحمن الرحیم

درس اول

اجتناب از امراض مسریه

بسا اشخاص هستند که بواسطه معاشرت و مصاحبت
با مریض بهمان مرض مبتلا و دچار شوند و از هیچ
مرضی اجتناب و پرهیز نکنند بواسطه لاابالی گری
و عدم اعتنا و اجتناب از امراض مزبور سالی چند
هزار نفر بهلاکت میرسند

ما برای بصیرت و بینائی شاگردان مدارس بنات
طریقه حفظ الصحه از امراض مسریه را بقدری که در خور
فهم متعلمات باشد مینویسیم تا محصلات مدارس احتیاطات
لازمه را در موقع بروز و ظهور مرض دانسته و طریقه

اجتناب آنرا باید نمود

درس دوم

نظافت و پاکیزگی

از مهمات زندگانی و سبب آسایش اغذا و نفرات اولین شرایط صحت و تندرستی تنفس در هوای آزاد است که قابل تنفس و مطابق طبع باشد

اطاقهای پر جمعیت که هوا در آنها جریان ندارد برای تنفس مضرات

هوا باید معتدل باشد یعنی از حرارت مفرط و برودت شدید منزه باشد

هرگاه حرارت یا برودت بدرجه افراط رسد قابل تنفس و محل سکنی نیست



اطاق باید در و پنجره اش باز باشد تا اینکه هوای کثیف خارج گشته و هوای خالص جای آنرا بگیرد



اشخاصی که در جاهای محبوس زندگانی مینمایند ضعیف و نحیف گشته و در موقع امراض مسریه زودتر از سایرین دچار میگردند و حتی معلوم شده است که در صد نفر اشخاص که در هوای محبوس و کثیف زندگانی نمایند شصت نفر آن مسلول میگردد

قبل از آنکه امراض مسریه را تعداد نمائیم بهتر آنست که طریقه و ترتیب احتراز از امراض مزبور را گوشزد شاگردان نمائیم

درس سوم

احتیاط و پرهیز

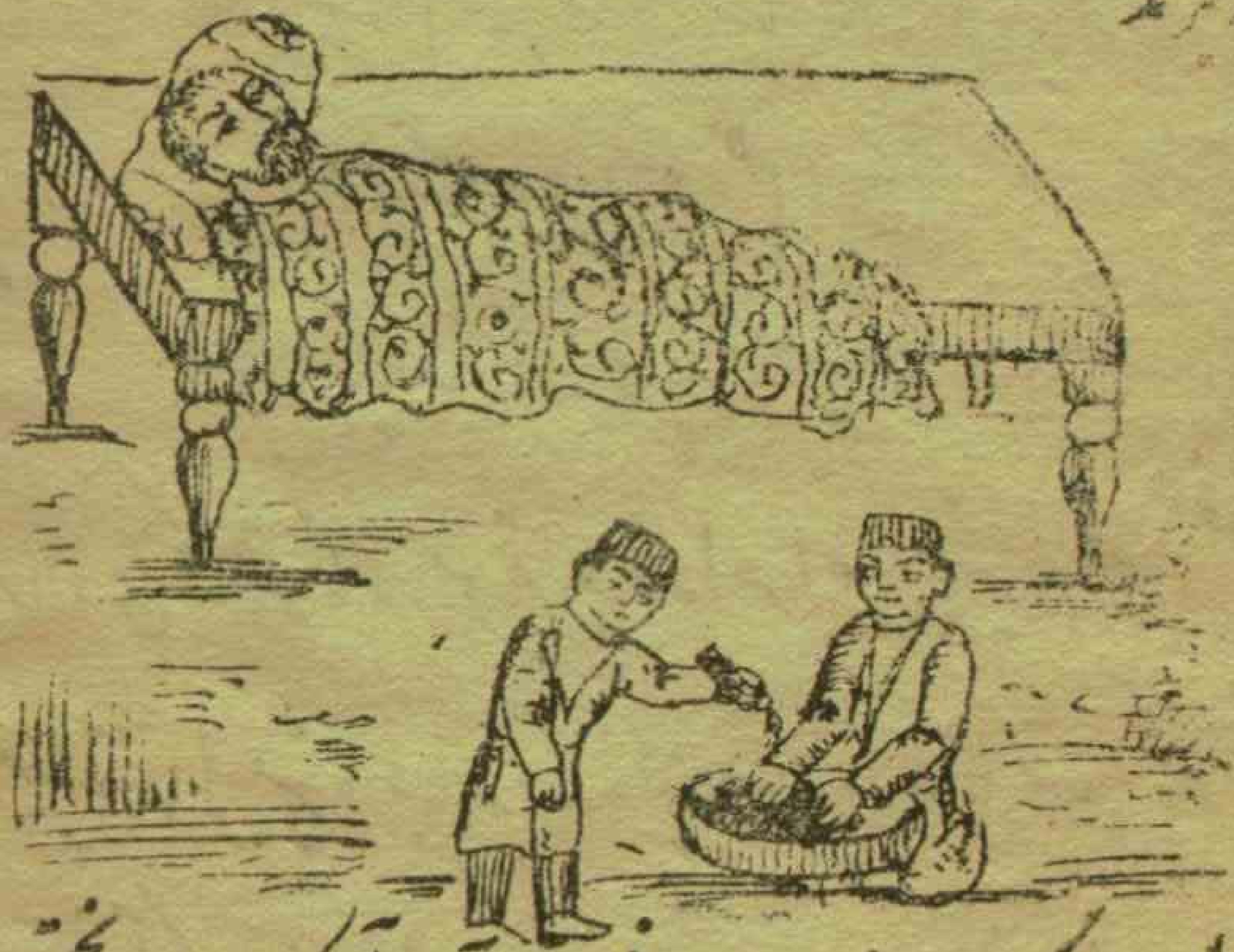
موادی که عموماً در موقع بروز امراض مسریه ضدعفونی استعمال میشود عبارت از سوبلیمه و کات کبود و آب آهک است

برای شستن دست کافی است که چهار مثقال گرد آهک یا کات کبود یا سه نخود سوبلیمه در یک لیطر آب ریخته دست خود را شست و شوی دهند



کات کبود و سوبلیمه سمی مهلکند و باید خیلی احتیاط نمود

مواد دفوعه مریض را در گودالی بریخته ده مثقال کلر در آهک باکات کهو باشش نخود سوبلیمه در یک لیطر آب ریخته روی آن بریزند



در مبال و چاهک روزی دو دفعه آب آهک باید ریخت البسه و اسباب مریض را باید ضد عفونی نمود قبل از ضد عفونی کردن از اطاق بیرون نبرند و در آبهای جاری نشویند در موقع بروز و شیوع مرض کلیه آبهای مشروب را باید جوشانید و غذای سرد ابدا نخورد حتی نانهای سرد را

هم نباید صرف نمایند

درس چهارم

میکروبهای غیر مرئی

حکما و اطبای حاذق کشف کرده و هر مرضی را یک قسم از حیوانات کوچک ذره بینی یافته اند و این حیوانات را میکروب مینامند و سبب بروز و ظهور هر مرضی را بدفع آن میکروب معلوم کرده و اقسام دواجات که کشنده میکروبهای مزبور است ساخته اند

نخستین خدمتی که بعالم تمدن و انسانیت کرده اند همانا کشف میکروبهای غیر مرئی هر مرض است که پس از تشخیص آن دوائی که ضد و کشنده میکروب مزبور بوده تجسس نموده عملیات بدست آورده اند و عالم انسانیت را از این

مشغول ساخته اند

درس پنجم

اجتناب از شپش

شپش هم یکنوع از میکروبهای موذی است که بچشم دیده میشود - شپش تولید کچلی و زردهٔ زخم مینماید



از قراری که اخیراً معلوم شده است اسباب سرایت و تولید بعضی از اقسام تبها و حصبه میشود

پس هر کس لازم است که حتی الامکان در دفع آن سعی

وکوشش نموده اینحیوان موذی را از خانواده خود دور سازد
تا دچار امراض مزبور نگردند

درس ششم

ممانعت از شستن لباس مریض در آبهای جاری

چون لباس مریض دارای میکروب همان مرض است البته
خالی از خطر نخواهد بود بدیهیست سزاوار نیست که لباس
مریض را در آبهای جاری خاصه سرچشمه و قنوات آب
راکد بشویند زیرا که آب جاری بمنازل مردم رفته مبتلا شان
(آب راکد امثال حوض وغیره)
چون مورد استعمال است بواسطه شستن و شوی البته
سایر ظروف لازمه و شستن دست و صورت مبتلا به



امراض میگردند

درس هفتم

لزوم جوشانیدن لباسهای مریض

لباسهای مریض و پرستار را باید جوشانید تا میکروبهای همان مرض که در لباسهای مریض و پرستار تکوین نموده دفع و کشته شود

البته مریض و پرستار باید از پارچه باشد که از شستشوی ضایع نشود و در روزی یک مرتبه آنرا شسته و خشک



شوی ضایع نشود و دو روز یکمرتبه آنرا شسته و خیشد

عفونی بکار برند و متعفن باشند که پس آب لباسهای مریض که محتوی کثافات است در حیاط و معبر عامه نباشند که مخالف حفظ الصحه و مورث مرض گردد

درس هشتم

آبله و آبله کوبی

مرض آبله از امراض مسریه است آبله حتماً باید در ابدان بروز و ظهور نماید

در صورت بروز بواسطه شدت تب یا بجهت ترکیبات مرض بعضی از عضوهای عمده بدن را از قبیل کلیه یا دجگر سفید و قلب و دماغ را معیوب خواهد کرد که سبب هلاکت مریض گردد

اگر مریض بهبودی حاصل نماید ممکن است که بواسطه اثر

مرض د ظهور جوشهای قرمز رنگی که مانند طاول ور

صورت و بدن پیدا میشود مریض را کور و نابینا و گوش



آنرا کر مینماید یا بجهة شدت ظهور دانه های آبله در صورت

بهم مخلوط گشته شخص را کریه المنظر و بد ترکیب مینماید

تکالیف والدین

اول - همینکه طفل از سه ماهگی گذشت بدون تردید آبله

طفل را باید کوبید

دوم - حتی الامکان نگذارند از یکسال تجاوز نماید



سوم - اینعمل را ده سال یکمرتبه باید تکرار نمود تا خودرا از ابتلاء بان مرض محافظت نماید

چهارم - پس از کوبیدن آبله میباید بدستور العمل طبیب آبله کوب رفتار نموده در نگاهداری مریض و محافظت محل آبله کوتاهی ننمایند

درس نهم

مخملک - مخملک مرضی است مسری و مهلک و علامت بروز آن درد سر و سرفه زیاد و درد گلوی سخت و هزیان است بعد از دو روز تب و لرز جوشهای قرمز رنگی در جلد حادث میشود و حرارت بدن بچهل و یکدرجه میرسد و بعد از سه چهار روز جوشها خشک شده میریزد چون این مرض زود سرایت میکند بغیر از پرستار نباید



در اطاق مریض رفت و آمد نمایند و پرستار باید همیشه خود را ضد عفونی نماید

درس دهم

سرخجه — مرضی است که اطفال باید عموماً باین مرض دچار شوند

علامات بروز آن سرفه زیاد و گاهی استفراغ و در تمام از جوشهای قرمز رنگی ظاهر میشود و در طول مدت مرض ممکن است برای مریض ذات الریه و بعضی امراض خطرناک دیگر پیدا شود لذا باید فوری جلوگیری کرد

چون این مرض بی اندازه مسری است بهمین جهت باید از آمیزش آن پرهیز کرد



درس یازدهم

دیفتری خناق

علامات بروز اینمرض آنست که پرده سفید رنگی تمام حلق و دهن را پوشانیده کلو را سد و مانع تنفس و تغذیه میگردد رفته رفته صدای مریض خشن و گلو قرمز گردد

دیفتری مرضی است مسری و خیلی زود سرایت میکند ازاینجهت معاشرت با مریض بکلی ممنوع است پرستار و ظروف مریض را همه روزه باید ضد عفونی نمود علاج آن تزریق سرمی است که اطبای جدید کشف کرده اند

درس دوازدهم

تب حصبه



حصبه مرضی است مسری میکروب اینمرض در آبهای کثیف و جهات مستعده آن از کثافات تعفن و هوای بد و خستگی زیاد است

علامت بروز آن ابتدا درد سر و اعضا و سستی اعصاب و گاهی رعاف و سرفه سخت سینه عارض گردد و تب دائما شدید شود

زبان مریض سنگین و زرد و مایل بسفیدی و متورم کم کم مریض بی هوش گشته پس از هشت روز دانه های عدسی شکل قرمز رنگی روی شکم و سینه ظاهر شده عطش زیاد پیدا شود حرارت بدن بچهل و یک درجه رسد

درس سیزدهم



در وباء است

وبا — مرضی است مسری که از اثر میکروب مخصوصی موسوم به باسیل ویرگل عارض میشود عمده ورود این میکروب بواسطه میاه مشروبات و ماکولات و طرق مخصوصه ورود آن از طریق معده و امعاء مستقیم و محل نشو و نمای آن در معده و امعاء است

علامت ظهور این مرض ابتدائی و اسهال و بعد ضعف شدید دست میدهد در براز مریض دانه های سفید برنج ظاهر شده و تشنج اطراف و گرفتگی صوت و قطع شدن ترشح ادرار و فرورفتگی چشمها و سیاهی اطراف چشمها دلیل قطعی بر مرض وبا است

علاج — قبل از بروز و تدابیر برای سد نمودن ورود میکروبها اولین طرق و حفظ الصحه برای جلوگیری

اینست که در موقع شیوع مرض بکلی از شرب آبهای راکد مثل آب انبار و حوض و میاه جاریه حذر نمایند مگر آنکه آنها را در منتهی درجه و شدت هر چه تمامتر جوشانیده و در ظروفیکه با آب جوش تمیز شسته باشند بریزند

بهترین ظروف برای حفظ آبهای مشروب تنگهای بلور است

آبهائی که برای شستن ظروف و دست و صورت مصرف میشود باید آب جوشیده باشد

درس چهاردهم

توبرکولز - سل - مرضی است مسری علامات مشخصه اینمرض لاغری فوق العاده بدن و ضعف شدید و عدم اشتها و خوابت و هنگام خواب عرق زیاد و تب عارض گردد

پر از مواد ضد عفونی است برای انداختن اخلاط خود
عیین نماید چنانچه مریض در گردش باشد باید چندین دستمال
همراه خود بردارد که در موقع لزوم بدستمال خود تف
نماید که سبب شیوع مرض نگردد

درس پانزدهم

برفک — مرضی است که عموماً در اطفال بروز و ظهور
میکند

علامات تشخیص آن ماده سفید رنگی است که در دهان ظاهر
میشود

علاج آن اینست که باید دربد دام با کلیرین و کلرات دو
پطاس دهان مریض را شست و شو داد

سیاه سُرفه — ابتدا مریض به تب و زکام و سرفه

سرفه و گاه گاهی اسهال مریض را راحت نمیگذارد

خلط غلیظ قرمز از گلو خارج و گاهی مقداری خون نیز

از ریه بیرون میاید

علت سرایت این مرض اغلب بواسطه تف و دیگر فوحات

مریض است چون اخلاط مریض خشک شود در هوا پراکنده

گردد بتوسط هوای تنفسی با اغذیه و اشربه داخل بدن

گردد بدینجهت احتراز و اجتناب از اینمرض لازم است

طریقه حفظ الصحه آن اینست که در هنگام عبور در

خیابانها و غیره کمال مراقبت و مواظبت را داشته

و در موقع جاروب کردن و وزیدن باد باید دستمال پاکی

در جلو بینی و دهان نگاه دارند



و بدینجهت شخص مسلول نباید در همه جا تف کند بلکه ظرفیکه

که در خواب تقلیل نمایند تا زمانی که محتاج بخواب صبح نشود

از شیر گرفتن بچه باید در پائیز و یا بهار باشد

و غذای اول او حریره یا آبگوشت باشد کم چربی

و بعد با غذیه دیگر باید پرداخت .

آبله طفل را میباید در پنج ماهگی کوبید و علائم آنرا در

درس گذشته گوشزد کرده ایم

درس سی و یکم

ناخوشی اطفال در موقع بیرون آوردن دندان

علائم بیرون آمدن دندان در اطفال ابتدا ورم لثه

دورو شدید و اسهال و درد چشم و سرفه و تشنج است

بیرون آمدن دندان در اطفال عموماً پس از شش ماه

شروع میشود



ابتدا دندان ثنایای فک اسفل بیرون میآید پس از دو ماه ثنایای فک اعلی خارج و دو ماه دیگر دندانهای ثنایای اطرافی و سه چهار ماه بعد دندانهای انیاب خارج میگردد

بیرون آمدن دندانهای طواحن پس از چهار ماه است طفل در دو سالگی دارای بیست دندان موسوم بشیری است

درس سی و دوم

منع از ترسانیدن بچه در هنگام طفولیت

مادر نه فقط مواظب قوای بدنی اطفال است بلکه مسئول قوای روحانی و نشو و نمای اخلاقی آن میباشد

این مطلب مسلم است که قوای بدنی و روحانی طفل از بدو حیات تا زمان ممات بر عهده پدر و مادر و مخصوصاً از



اقدامات اولیه مادر است وبس در اینصورت اطفال که
گریه و خطائی میکنند مادر نباید آنها را بترسیس و تهدید آرام
و منع کند و از مهمانی اجنه در حمامها و غول بیابان و سرات
راه زنان و آدم کشها با خرافات گوناگون حرف بزنند
زیرا که قوه مخیله اطفال را خراب و قوای بدنی و روحانی آنها
بواسطه ترسانیدن تحلیل میرود و آخر الامر ترسو و وحشی
و دیوانه و گستاخ و بیشرم و زبون میشوند
بهتر اینست که طفل گریه و خطائی کند اورا بنصایح و کلمات
دل فریب و اندرزهای دل نشین ساکت نمایند

درس سی و سوم

مفاسد و مضار طبابت جاهلانه زنان



خانمهای محترمه از طبابت جاهلانه و تجربیات بیفایده

مضره چیره زنان میباید خودداری کنند البته اکثر از
خانمهای عالمه فاضله میدانند که همه دردی را دوائی
و هر مرضی را شفائی است و امراض هر چه سهل باشد
میباید بطبیب قانونی خود رجوع نمایند تا خود و مریض
بیچاره را از مهالک برهانند

این مسئله مسلم است که همه درد دلی را بکل کاذربان و همه درد
دندانی را به لپه باقلا و پنبه کهنه تداوی نتوان کرد و هر تبی را
بچهار تخمه و همه درد سیری را بسرکه و نشاسته یا خاکشیر تلخ
و شیر دختر معالجه نمیتوان کرد

لهذا لازم است که هر مریض اولو آنکه جزئی باشد
بطبیب حاذقی رجوع و مطابق دستور آن رفتار نمایند
تا خود را از زحمت و مریض بیچاره را از مهلکه نجات دهند

مواد سال ششم

مضرات تریاک

مضرترین دخانیات تریاک است - تریاک شیره
خشخاش و سمی مهلک است اشخاصیکه عادت بتریاک
دارند از اشتها و حافظه و هوش افتاده لاابالی و بیقید
میباشند مسرفین تریاک خود و خانواده خود را بعذاب
و مهلکه میندازند

درس سی و چهارم

دخانیات و مضار آن - تنباکو و توتون گیاهی است سمی
که در آنها سه قسم نیکوتین و اسید سیانیدریک و اسید
دوکربون وجود دارد



استعمال دخانیات در جوانان خاصه طایفه نسوان بی اندازه

مضر است و سم آنها باعث پریدگی رنگ و صداع

و بی اشتهائی و سوء هضم و یبوست و زکام دائمی

و سرفه خشک وغیره میشود

اشخاصی که در حین تحریر و یا خواندن استعمال دخانیات

نمایند چشمشان زود معیوب میشود

بزرگترین مرض که در مسرفین دخانیات تولید میشود

سرطان بزبان است در اینصورت اشخاصیکه ضعیف و

مبتلا بامراض قلبی یا صدری میباشند نه فقط از استعمال

آن باید پرهیز کنند بلکه از اماکنه که دود در آنجا زیاد باشد

نیز باید پرهیز نمایند



استعمال یک سیگار یا قلیان بعد از نهار و شام مفید

و باعث سرعت هضم میشود

درس سی و پنجم

الکل و مضار آن — شاربین الکل حافظه و حس ندارند و بعقول
آنها هیچ اعتمادی نیست چه دماغ و اعضاء دیگر آنها
ضایع و خراب است

الکل اشتها را تمام و شارب آن نمیتواند غذا بخورد
زیراکه معده آن قوه تحلیل آنرا ندارد

هنگام خواب الکلی دچار خوابهای هولناک گردیده از
خواب میپرد

الکل بدون هضم از معده داخل امعاء و از آنجا بخون میرود
جدار قلب و عروق از قشر چربی مستور و قرحات
آن بطی و غیر منتظم گشته بسبب نزف الدماغ دماغی
و پاره شدن شرایین میشود



چون معده یکی از اعضاء مهمه بدن میباشد پس خون در آن
بیشتر میرسد لهذا الکل هم زودتر در آن اثر مینماید
۱- نزف الدم - که عبارت که از پاره شدن عروق و جهیدن
خون است
۲- نرمی دماغ یا اختلال که عبارت از نرسیدن خون است
بقسمتی از اعضاء
۳- گوشش الکلی خوب درک اصوات را نمیکند و حس باصره
کم میشود صورت الکلی مخصوصاً پائین چشم و دماغ آبی رنگ
و مستور از جوشهای زیاد میگردد و شاید بین الکل مستعد
تمام امراض میباشند

کتبه جلال الدین شمسی در مطبعه مصطفی
و مطبعه

۱۳۳۹

